

2025年4月 学校給食予定献立表

実施日		坂戸市立 小学校						
日(曜)	献立名	主な材料とその働き			調味料等	栄養素		
		体を作る食品 (赤の食べ物)	エネルギーのもとになる食品 (黄色の食べ物)	体の調子を整える食品 (緑の食べ物)		エネルギー (Kcal)	たん白 質(g)	
11(金)	牛乳	牛乳				658	25.3	
	カレーピラフ	豚肉	米 パター 米油	にんじん ビーマン たまねぎ	粗塩 カレー粉 こしょう パター 油			
	ふわっかり揚げ	大豆 凍り豆腐 鶏肉	小麦粉 でん粉 砂糖 米油	しょうが	清酒 しょうゆ			
	キャベツの昆布漬け	昆布		にんじん キャベツ	粗塩			
14(月)	牛乳	牛乳				626	32.3	
	ごはん		米					
	蒸し鶏のごまだれかけ	鶏肉	でん粉 砂糖 ごま		清酒 本みりん しょうゆ			
	新じゃがいものうま煮	さつま揚げ 豚肉	じゃがいも 砂糖 こんにゃく 米油	にんじん たまねぎ	清酒 しょうゆ 煮干し			
15(火)	牛乳	牛乳				677	27.3	
	ツイストパン		ツイストパン					
	マカロニのクリーム煮	鶏肉 チーズ 牛乳	小麦粉 じゃがいも マカロニ 米油	にんじん たまねぎ	白ワイン 粗塩 こしょう 鶏がら ローレル			
	えびとコーンの炒め物	えび ベーコン	米油	こまつな キャベツ とうもろこし缶	清酒 しょうゆ 粗塩 こしょう			
16(水)	牛乳	牛乳				663	25.4	
	わかめうどん	油揚げ 豚肉 わかめ	ゆでうどん	にんじん ねぎ	本みりん しょうゆ 粗塩 削り節			
	お好み焼き揚げ	かつお節 卵 えび あおのり ちりめんじゃこ	小麦粉 でん粉 米油	キャベツ ねぎ	中濃ソース しょうゆ ベーキングパウダー			
	アーモンド和え		砂糖 アーモンド	こまつな にんじん もやし	しょうゆ			
17(木)	牛乳	牛乳				624	27.7	
	ごはん		米					
	韓国風焼き肉	豚肉	砂糖 ごま 米油	にら にんじん たまねぎ にんにく	清酒 本みりん しょうゆ コザンジャン			
	ワンタンスープ	鶏肉	ワンタンの皮 米油	チンゲンサイ にんじん キャベツ ねぎ もやし	しょうゆ 粗塩 こしょう 削り節			
18(金)	牛乳	牛乳				636	28.5	
	桜ごはん	油揚げ ちりめんじゃこ	米 こんにゃく ごま	にんじん 干ししいたけ 桜の花	清酒 しょうゆ 粗塩			
	あじの竜田揚げ	あじ	小麦粉 でん粉 米油	しょうが	清酒 しょうゆ 粗塩			
	磯の香和え	きざみのり		こまつな キャベツ	しょうゆ			
21(月)	牛乳	牛乳				642	27.2	
	ごはん		米					
	さばのしょうが煮	さば 昆布	砂糖	しょうが ねぎ	清酒 本みりん しょうゆ 米酢			
	みそ汁	豆腐 油揚げ 白みそ 赤みそ	じゃがいも	こまつな	削り節			
22(火)	牛乳	牛乳				669	26.8	
	ごはん		米					
	ちくわの元気揚げ	ちくわ	小麦粉 米油	パセリ たまねぎ	粗塩			
	五目豆	大豆 凍り豆腐 豚肉	砂糖 こんにゃく 米油	にんじん ごぼう 干ししいたけ	本みりん しょうゆ 粗塩			
23(水)	牛乳	牛乳				606	22.0	
	フラワーロール		フラワーロール					
	ブラウンシチュー	鶏肉 生クリーム	小麦粉 じゃがいも 米油	にんじん たまねぎ にんにく	赤ワイン クスターソース 中濃ソース 粗塩 トマトピューレ こしょう 鶏がら ローレル トマトチャップ			
	キャベツとベーコンのソテー	ベーコン	米油	にんじん キャベツ もやし	しょうゆ 粗塩 こしょう			
24(木)	牛乳	牛乳				616	25.7	
	スラッピージョー	豚肉	小麦粉 砂糖 こどもパン 米油	にんじん たまねぎ	赤ワイン クスターソース 粗塩 こしょう トマトチャップ			
	A B C スープ	鶏肉	じゃがいも マカロニ 米油	こまつな にんじん キャベツ たまねぎ	白ワイン 粗塩 こしょう 鶏がら ローレル			
	手作りミルクゼリー	生クリーム 寒天 牛乳	砂糖		バナナゼレンス			
25(金)	牛乳	牛乳				626	25.7	
	たけのごごはん	油揚げ	砂糖 米	にんじん たけのこ 干ししいたけ	しょうゆ 粗塩			
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉	小麦粉 でん粉 米油	しょうが	清酒 しょうゆ			
	こまつなのごまあえ		ごま	こまつな にんじん もやし	しょうゆ			
28(月)	牛乳	牛乳				629	26.7	
	ごはん		米					
	家常豆腐	生揚げ 豚肉	でん粉 砂糖 米油	にんじん ビーマン しょうが たけのこ たまねぎ にんにく 干ししいたけ	しょうゆ オイスターソース トウバンジャン テンメシジャン			
	青菜の中華炒め	油揚げ	砂糖 ごま油 米油	チンゲンサイ にんじん もやし	しょうゆ 米酢			
30(水)	牛乳	牛乳				668	19.4	
	カレーライス	豚肉 チーズ	麦 小麦粉 じゃがいも 米 パター 米油	にんじん セロリ たまねぎ にんにく	クスターソース しょうゆ 粗塩 カレー粉 こしょう ガラムマサラ トマトチャップ			
	オレンジサラダ		砂糖 オリーブ油	にんじん キャベツ きゅうり みかん缶	粗塩 米酢 こしょう			
	給食回数 13回					今月の栄養量	642	26.2
	※材料は都合により変わる場合があります。					基準栄養量	650	21.1～ 32.5